

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN DALAM
MENGHADAPI PERTANDINGAN PADA ATLET KARATE
DOJO ANGKASA LANUD PADANG**

Skripsi

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan

Gelar Sarjana Psikologi



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2019**

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN DALAM
MENGHADAPI PERTANDINGAN PADA ATLET KARATE
DOJO ANGKASA LANUD PADANG**

Skripsi

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi**

Oleh



DOSEN PEMBIMBING

Vivi Amalia, M.Psi., Psikolog

Poppy Ramadhani, M.Psi., T

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2019**

RELATIONSHIP OF SELF EFFICACY WITH ANXIETY IN THE FACE OF COMPETITION IN KARATE ATHLETES DOJO ANGKASA LANUD PADANG

Aulia Rahmi, Vivi Amalia, Popy Ramadhani
Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran Universitas Andalas
auliarahmi2607@gmail.com

ABSTRACT

Anxiety is one of factors that influence and have an impact on athlete performance in a match. Anxiety usually arises is a form of negative emotional reaction when an athlete feels himself threatened. One of the factors that influence anxiety is self-efficacy. Athletes who have high self efficacy will be able to overcome the difficulties, while athletes who have low self efficacy will have difficulty in solving problems.

This study aims to determine the relationship of self-efficacy with anxiety in the face of competition in karate athletes Dojo Angkasa Lanud Padang. The method used in this study is quantitative research methods. The sampling technique in this study is nonprobably sampling with the type is saturated sampling. The sample in this study were 30 people. The variables used in this study use two scales, namely the self-efficacy scale (GSE) with valid items as many as 10 items, and anxiety scale (SCAT) with valid items as many as 15 items. Analysis of the data used in this research is the person product moment correlation.

The results of this study indicate that the correlation coefficient between self-efficacy variables with anxiety in the face of the match is 0.470 with $p = 0.009$. This means that the two variables have a relationship but the relationship is positive so that the higher the self-efficacy of karate athletes, the higher the anxiety experienced by athletes in the face of the match.

Keywords : Anxiety, Karate athletes, Self Efficacy

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI PERTANDINGAN PADA ATLET KARATE DOJO ANGKASA LANUD PADANG

Aulia Rahmi, Vivi Amalia, Popy Ramadhani
Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran Universitas Andalas
auliarahmi2607@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi dan memiliki dampak terhadap performa atlet di lapangan. Kecemasan yang biasanya muncul dalam pertandingan merupakan salah satu bentuk reaksi emosi negatif ketika atlet merasa dirinya terancam. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah efikasi diri. Atlet yang memiliki efikasi diri tinggi akan mampu mengatasi kesulitan yang muncul, sedangkan atlet yang memiliki keyakinan diri yang rendah akan mengalami kesulitan dalam menyelesaikan masalah.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi pertandingan pada atlet karate Dojo Angkasa Lanud Padang. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode pendekatan kuantitatif. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *nonprobably sampling dengan jenis samling jenuh..* Sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 orang. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan dua buah skala yaitu skala efikasi diri (GSE) dengan item valid sejumlah 10 item, dan skala kecemasan (SCAT) dengan item valid sejumlah 15 item. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *korelasi person product moment*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa koefisien korelasi antara variabel efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi pertandingan adalah 0,470 dengan $p=0,009$. Hal tersebut berarti bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan namun hubungan tersebut bersifat positif sehingga semakin tinggi efikasi diri atlet karate maka semakin tinggi juga kecemasan yang dialami atlet dalam menghadapi pertandingan.

Kata kunci: Atlet karate, Efikasi diri, Kecemasan.